Rok II. 22 czerwca 1930 r. Nr. 13

MATKA I GOSPODYNI

DODATEK DWUTYGODNIOWY DO „DZWONU NIEDZIELNEGO” Nr. 25.

Wakacje naszych dzieci.

Zbliża się szybkim krokiem koniec roku szkolnego. Dzieci uczą się pilnie, mimo, że cudne słońce nęci je, by wylecieć z domu, pohasać na świeżem powietrzu. Ale przecie świadectwa tuż, tuż. Nie można zrobić rodzicom przykrości.

Matki patrzą na te swoje pociechy, widzą ich wysiłki i cieszą się w duszy, że za 2—3 tygodnie te młode główki odpoczną, że będą mogły beztrosko spędzać dnie całe na świeżem powietrzu.

Wiele, bardzo wiele rodzin opuści duszne, zakurzone miasto, ażeby wśród zieleni pól i w cieniu lasów używać zasłużonego odpoczynku.

Dzieciom się odpoczynek stanowczo należy. A matkom? Zdawałoby się, że po sprawiedliwości także, ale czy matka, która dzieci sama wychowuje, może odpocząć całkowicie, w bezczynności? Nie! Jej odpoczynkiem jest jedynie zmiana otoczenia, dająca pewne odprężenie nerwów, mniej gorączkowe życie wiejskie, cisza, świeże powietrze, słońce, może kąpiel w rzece. Ale zajęcia wychowawcze, troska o zdrowie duszy i ciała dzieci to, z wyjazdem na letnisko, nie ustaje, przeciwnie, zwiększa się znacznie.

Każda dobra katoliczka rozumie, że skoro może dziecko swe mieć przy sobie od świtu do nocy przez przeciąg 4—6—8 tygodni, to obowiązkiem jej będzie oddać się przez ten czas wychowaniu tegoż. Podczas roku szkolnego dzieci tak mało są z nami. Całe rano są w szkole, a potem odrabiają zadania i jesteśmy z niemi tyle tylko, co się widzimy przy obiedzie lub kolacji. Dlatego trzeba to sobie powetować podczas lata.

Przedewszystkiem musimy zwrócić uwagę na duszę dziecka. Tak łatwo można w lecie urządzać ze wszystkiemi dziećmi wspólny pacierz, szczególnie wieczorem. W niedzielę zaś i święta uważać trzeba na to bardzo, by wszyscy domownicy poszli na mszę św. Letnikom się zdaje, że skoro nie mają kościoła tuż, na miejscu, to już do kościoła iść nie trzeba. A przecie odległość 2—3 kilometrów od obowiązku

wysłuchania mszy św. w niedzielę nie zwalnia ani osób dorosłych, ani nawet dzieci, które wogóle mają już obowiązek chodzenia na nabożeństwa. Dla przyjemności, dla przechadzki robimy tak często nie dwa, nie trzy, ale nawet pięć i sześć i więcej kilometrów, dlaczegóż więc dla Boga zrobić tego nie chcemy?

Matka, przebywająca z dziećmi na świeżem powietrzu powinna starać się zbliżyć do umysłów i serc dziecinnych. Prócz przestrzegania obowiązków, przez Boga lub Kościół św. nakazanych, musi często z dziećmi rozmawiać, rozszerzać ich poglądy, pogłębiać. Nie wolno matce zbywać dzieci słowami: „A daj mi spokój, rób co chcesz, tylko się do mnie nie odzywaj“. Takiem postąpieniem nie pozyskamy serca i zaufania dziecka naszego. Wszak podczas wakacyj niema ono towarzystwa koleżeńskiego, nie ma swych wychowawców szkolnych, których rady mogłoby zasięgnąć. Niechże więc matki skorzystają z tego i zbliżą się do swych dzieci tak, jakbyto na stałe być powinno. Trzeba dziecku okazywać zainteresowanie, obmyślać mu godziwe i odpowiednie rozrywki, urozmaicać wedle możności monotonję życia letniskowego. Ale przy tem wszystkiem, nie pobłażać dzieciom i nie rozpuszczać ich, bo odpoczynek wakacyjny nie polega na brojeniu bez celu i sensu. Tak jak wszelka praca, tak i odpoczynek każdy musi być planowy. Dziecko nie potrafi sobie dnia rozłożyć z pewną głębszą myślą; o to troszczyć się musi matka. Już tem samem, że się jego zajęciami i zabawami zainteresuje i niemi rozsądnie pokieruje, zyska sobie dziecko, które za tę pomoc w zabawie okazaną, wdzięcznem jej będzie.

Tyle rodziców tak chętnie posyła dzieci swe do obozów harcerskich na lato. A dlaczego? Przeważnie dlatego, żeby się nawet przy zabawie nauczyły karności i porządku. Otóż te same cnoty rozwijać może matka każda i bez rozstania z dziećmi na lato. Niech tylko poświęci dzieciom całą siebie, tak jak to kierownik obozu robi, a cel osiągnie.

Oddajmy się więc dzieciom naszym całkowicie, niech to będzie ich czas, ich wiosna życia; bo każda zabawa i radość przy boku matki — całkiem inną się wydaje. A chociaż nie odpoczniemy całkowicie po trudach zimowych, to się tem nie trapmy. Bóg sił doda do dalszej pracy, jeżeli zobaczy, że się staramy zaprzeć siebie i iść za Chrystusem.

Dr. Estreicherowa.

Uwaga: Artykuł ten był już złożony do druku, gdy się ukazał w I. K. C. bardzo podobnej treści p. t. „Poznajmy się na wakacjach“ (Przyp. Redakcji).

Dobroć daje szczęście.

Jednem z najważniejszych zadań kobiety w rodzinie jest wytwarzać w domu ducha miłości i szczęścia.

Jakże to czynić należy?

Przedewszystkiem wyrabiać w sobie samej te zalety, które dają drugim szczęście. Pierwszą taką zaletą jest dobroć.

Kobieta dobra jest wyrozumiała na błędy drugich, łatwo przebacza winy.

Mój Boże! ileż to szczęścia dać może rodzinie swojej, domownikom, sąsiadom, kobieta co ma tę zaletę. Wyrozumiałość na błędy drugich, to najlepsza droga do zgody.

Weźmy sobie pierwszy lepszy przykład z życia codziennego. Kury z podwórka Marcinowej weszły do ogrodu Antoniowej i narobiły jej dużo szkody, wygrzebały świeżo zasianę buraki, czy też coś podobnego. Jeżeli Antoniowa dobra jest i wyrozumiała, zaraz pomyśli sobie: Pewnie Marcinowej niema, albo też musi być bardzo zajęta, że pozwoliła kurom aż tu do mnie zajść. Wypędzi kury i spokojnie powie Marcinowej, żeby ich lepiej pilnowała. Nie wpadnie do niej z krzykiem i wymyślaniem, nie obrzuci jej gradem wymówek, a postępowanie takie z pewnością rozczuli Marcinową, że sąsiadkę przeprosi i kur odtąd lepiej będzie pilnowała.

A może, która z czytelniczek pomyśli sobie, że wcale tak nie będzie, i jeżeli się kto o swoją krzywdę nie upomni z krzykiem i hałasem to go wszyscy krzywdzić będą. Wcale tak nie jest, siostry kochane. Czy kto słyszał, żeby osoba co wymyśla i krzyczy, nie usłuszała nawzajem wymyślania? Czy kto kiedy widział kłótnię, któraby się zgodnie i sprawiedliwie skończyła? Nigdy — ze złości tylko złość może rosnąć i Marcinowa wtedy na złośćby kury puszczała do ogrodu Antoniowej, gdyby ta na nią z krzykiem wpadła i byłaby awantura i kłótnia parugodzinna. W takiej kłótni ginie prawda, ludzie rzucają na siebie obelgami, jak dzieci piłkami, obrażają się nawzajem i rozchodzą się z nienawiścią do siebie, która czeka tylko chwili odwetu. Jedynie wyrozumiałość na błędy drugich może w stosunku między ludźmi wprowadzić zgodę i spokój.

A w domu własnym, w rodzinie na każdym kroku potrzebna jest matce i gospodyni wyrozumiałość, ona musi zrozumieć, że gdy dziecko wątłe jest lub chore, to nie może dźwigać ciężarów, że gdy dziecko 5-cioletnie czy mniejsze coś zbije lub rozedrze, to nie może być za to odpowiedzialne, bo ono nie rozumie tej winy. Matka powinna dziecko wy-

chowywać, ale nie karać ciągle i pastwić się nad niem. Gospodyni musi być wyrozumiałą na błędy służącej, na to, że przecież i ona też bywa chora lub zmęczona, że ma nieraz jakąś troskę w sercu, jakiś kłopot i z tego powodu zaniedbać się może w pracy swej obowiązkowej. Dobra i wyrozumiała kobieta musi też rozumieć, że pochwała jest większą zachętą do pracy niż nagana. Gdy gospodyni umie dopatrzeć każdej dobrej woli swego domownika, umie ocenić każdą jego zaletę, a pochwali go i da mu dowód uznania, to zyskuje w nim przyjaciela i pobudza go do większych wysiłków. Słodycz i wyrozumiałość jest bronią stokroć skuteczniejszą na winy ludzkie, niż złość i niecierpliwość.

Nie powiem, żeby to była broń łatwa do zdobycia, rzadko kto ma cierpliwość i słodycz wrodzoną, ale wyrobić ją można i trzeba. A wyrabiać w sposób bardzo prosty: zawsze mieć na względzie dobro drugiego, nie swoje. Gdy nas od kogo spotka przykrość lub szkoda, gdy nam kto wyrządzi krzywdę, pomyślmy, że to nie ze złej woli, ale niechcący zrobione, postarajmy się zawsze wytłumaczyć tego winowajcę przed sobą, nie oskarżajmy ludzi zbyt prędko, bez zastanowienia, pomyślmy, jakbyśmy postąpili w tych samych warunkach i weźmy sobie za zasadę, że żadna strata materjalna nie warta jest jednego złego słowa, wyrzeczonego do męża, dziecka, znajomego czy sługi.

Każda obelga ubliża temu, kto ją rzuca, nie temu, do kogo jest skierowana.

Dobroć buduje szczęście. *P. Restorffowa.*
(Gazetka dla kobiet).

O odżywianiu się.

Któraż z nas nie chce być dobrą gospodynią? Jeśli nie każda kobieta wogóle, to już każda chrześcijanka pragnie nią zostać, aby — jak tego Pan Bóg żąda — spełniać przyjęte na siebie obowiązki, możliwie najlepiej.

Rozumiemy też wszystkie, że, aby zasłużyć sobie na to miano, nie wystarczy sama umiejętność gotowania, choćby najwykwintniejszych potraw. Trzeba posiadać jeszcze wiele innych umiejętności, a nawet wiele osobistych przymiotów i cnót.

Jednakże umiejętność gotowania, niezbędna do dobrego odżywiania rodziny należy do ważnych, a nawet możnaby powiedzieć, podstawowych warunków zasłużenia sobie na tę nazwę. Od tej umiejętności bowiem zależy zdrowie rodziny.

Nie myślę tu tylko o takich chorobach jak tyfus, czerwonka, szkarlatyna i t. p., które jakiś czas trwają i przechodzą. Lecz głównie o tych przewlekłych niedomaganiach, które tyle ludzi prześladuje.

Jeśli tym chorym jest ojciec rodziny, martwi go myśl, że nie zarabia tyle, ile zdrowi jego koledzy, oraz, że koszta ciągłego leczenia zmniejszają stan zamożności rodziny.

Jeśli brak zdrowia dokucza gospodyni domu i matce, to jeszcze gorzej i smutniej. To jakby zamierało serce rodziny.

A już najbiedniejsze są chorowite dzieci. Zwyczajnie nie zdają one sobie jeszcze z tego sprawy, bo nie rozumieją, że od tej wiosny ich życia, od tego czasu „siejby“ zależy cała ich przyszła dola.

Dla społeczeństwa zaś, w którem żyje dużo chorych, jest to ciężar i wielka krzywda dla narodu, do którego oni należą!

Ale — czyż kto winien, że choruje? Czy zdrowie, lub choroba zależą od woli człowieka? Otóż lekarze uczą nas, że jednak bardzo wiele zależy od nas samych!

Szczególniej bardzo wielka ilość osób choruje z powodu nieodpowiedniego odżywiania się. Z pokarmów bowiem, które spożywamy, tworzy się krew, a ta, dostarcza organizmowi potrzebnych mu do życia składników.

Jeśli którego składnika mamy za mało albo za wiele, to organizm nasz zaczyna cierpieć i nie może działać należycie.

To też uczeni już od dłuższego czasu zaczęli badać, jakie składniki każdy z pokarmów w sobie zawiera, co wchodzi zeń do krwi i jaki skutek ma na nią. I napisali już dużo mądrych książek na ten temat.

Lecz — cóż poradzą sami lekarze? Wszak to nie oni, lecz my gotowe jedzenie podajemy na stół!

Teraz więc kolej na nas, kobiety — gospodynie! Trzeba, abyśmy zapoznały się z wartością odżywczą pokarmów i umiały do nich zastosować naszą, choćby najskromniejszą kuchnię.

W następnych pogadankach będziemy się starali podać bardziej szczegółowe wskazówki na podstawie książek lekarzy — hygienistów. *B. B.*

Muzeum etnograficzne.

Czytelniczki „Matki i gospodyni“ spotkały się kilkakrotnie przy opisach strojów i haftów krakowskich ze wzmianką o muzeum etnograficznem w Krakowie. — Muzeum to, tak bardzo bliskie życiu naszemu, zasługuje na specjalną uwagę; dlatego poświęcamy mu trochę miejsca.

Naprzód jednak należy się parę słów samej nazwie. Muzeum etnograficzne nie jest jedynem w Krakowie; oprócz niego mamy muzeum Narodowe, przemysłowe, muzeum Czartoryskich i inne. Słowo „muzeum“ (w liczbie mnogiej „muzea“) jest słowem greckiem; teraz znaczy tyle, co zbiór przedmiotów, odnoszących się do jednej nauki. Ażeby zbiór taki zasługiwał na nazwę „muzeum“, musi obejmować bardzo dużą ilość przedmiotów, przechowywanych w budynku specjalnie na ten cel przeznaczonym.

Muzea powstają często z połączenia kilkunastu zbiorów prywatnych razem; właściciele ich umierając lub nie mogąc ich utrzymać ofiarowują swe zbiory państwu, gminie lub jakimś naukowym instytucjom, które się niemi opiekują, umieszczając w ten sposób, by każdy człowiek mógł je oglądać.

W sposób wyżej opisany powstały muzea krakowskie, to też i na powstanie muzeum etnograficznego złożyło się dużo osób, które ofiarowały bądź większe zbiory, bądź pojedyńcze przedmioty. Najwięcej rzeczy zgromadził p. Seweryn Udziela, który obecnie zbiorami zarządza. Słowo „etnografja“ jest też pochodzenia greckiego, znaczy ono „opis ludu“, opis życia i zwyczajów. Stąd muzeum „etnograficzne“ nazywa się też często „ludoznawczem“; gromadzi się w niem wszystko, co się odnosi do życia ludu na wsi, a więc wszystek sprzęt gospodarski i domowy, skrzynie, obrazy i rzeźby, stroje narodowe ze wszystkich okolic Polski, instrumenty muzyczne, zabawki, wycinanki i t. d.

Zapytacie zapewne, poco to zbierać, kiedy każdy wie, jak te rzeczy wyglądają, do czego służą i kiedy w nich nic nadzwyczajnego niema? Tak się jednak tylko zdaje; zbiory takie są potrzebne przedewszystkiem uczonym do rozmaitych nauk. Potem są one pamiątką po naszych ojcach — tem konieczniejszą, że dziś wiele rzeczy się gwałtownie zmienia i przepada, tak, że tylko w muzeum pamięć o nich pozostaje. Iako przykład mogą służyć stroje narodowe, których przestano używać na codzień, tak, że chcąc sobie prawdziwy strój uszyć, trzeba koniecznie pójść po wzór i wskazówki do muzeum etnograficznego. Trzecią korzyścią — może najważniejszą — jest to, że patrząc na bogactwo i różnorodność sprzętów, ubiorów, rzeźb, wytworzonych przez naród możemy dopiero ocenić, jakie zdolności dał nam Bóg, możemy Mu za te zdolności dziękować i szukać w tem podniety do ulepszania wszystkiego w naszem życiu; jeśli bowiem nasi ojcowie maiąc mniej środków od nas potrafili tyle mądrych i pięknych rzeczy zrobić — to my nie powinniśmy być gorsi.

Muzeum etnograficzne mieści się obecnie na Wawelu — w starym budynku pamiętającym czasy Kazimierza Wielkiego. Lokal jest za mały i nieodpowiedni, — niewiadomo jednak jeszcze, kie-

dy i gdzie zbuduje się na te zbiory osobny budynek. P. Udziela — twórca tego muzeum — powiększa je ciągle, mając tylko jedno pragnienie, by jaknajwięcej ludzi znało i zwiedzało te zbiory dokładając do nich pamiątki z dawnych czasów (skrzynie, sprzęty, obrazy, ubiory, które często idą na tandetę lub w ogień.

M. Zawadzka.

W ostatniej chwili dowiadujemy się, że Muzeum etnograficznemu grozi niebezpieczeństwo utracenia pomieszczenia, gdyż zarząd gmachów na górze wawelskiej, gdzie Muzeum teraz się znajduje, rozkazał mu się stamtąd za rok usunąć. Grozi to zniszczeniem bezcennych zbiorów lub przeniesieniem ich z Krakowa gdzieindziej. Miejmy nadzieję, że Rada miejska krakowska, która się tą sprawą już zajęła, znajdzie możność uratowania Muzeum i wyszukania mu odpowiedniego lokalu (Przypisek Redakcji).

Dogotowywacz.

(„Dobra Gospodyni“ — Poznań 1. VI. 1930 r.).

Dogotowywacz stanowi tak wielkie udogodnienie w gospodarstwie domowem, że dziwić się doprawdy należy, dlaczego dotychczas tak mało jest rozpowszechniony. Oddaje nam wielkie usługi przez swoje nieocenione zalety, a niezwykle prostą i łatwą budowę. Przedewszystkiem oszczędza ogromnie ilość opału, bo przy śniadaniu można obiad ugotować, a po powrocie z pola mamy smaczne gorące pożywienie przygotowane jakgdyby za dotknięciem różdżki czarodziejskiej. Oszczędza gospodyni dużo czasu, bo podczas przygotowania jednego posiłku zarazem gotuje i następny, który wstawiony do dogotowywacza, w ciągu kilku godzin nie zatraca swojej temperatury, a gotując się nie ulega różnym przypaleniom, wykipieniu, i tylko zyskuje na smaku. Wreszcie podnieść należy oszczędność naczyń, które nie przypalają się na ogniu i są znacznie łatwiejsze do umycia. A te wszystkie udogodnienia osiągnięte tak niewielkim kosztem i zachodem. Cały przyrząd składa się ze skrzynki drewnianej, dobrze wymoszczonej sianem, garnka z pokrywą i również sianem wypchanej poduszki. Siano, jak wiemy, jest materjałem, który nieprzepuszcza ciepła, to też wstawiony w siano garnek z gotującą się jakąś strawą, w ciągu kiku godzin utrzymuje temperaturę potrzebną do ugotowania danego posiłku i dlatego to po wstawieniu przy śniadaniu do dogotowywacza garnka z gotującą się zupą otrzymujemy ją już ugotowaną i zupełnie gorącą na obiad. Skrzynka powinna być szczelna, wielkość jej zależna jest od wielkości garnka, który znów musimy

zastosować do ilości osób, dla których posiłek przygotowujemy. Wieko skrzynki również szczelne musi być przybite na zawiasach i opatrzone na haczyk, na który dogotowywacz zamkniemy. Dno skrzyni wykładamy sianem bardzo silnie i szczelnie je ubijając, szczególniej w narożnikach i uważając, aby miejsc pustych nie było. Pokład siana musi wynosić przynajmniej 10 cm. W środku stawiamy garnek, gładki, z dwoma uszkami i szczelnie dopasowaną pokrywką. Odległość garnka od ścianek skrzynki również powinna wynosić około 10 cm. Wokoło garnka ubijamy szczelnie, jak poprzednio siano, i gdy później garnek wyjmiemy mamy już formę jego zachowaną. Na wierzch przygotowujemy czysty płócienny worek, który również wypełniamy sianem i także w grubości najmniej 10 cm. I oto już dogotowywacz gotowy. Umieszczamy go zwykle jak najbliżej kuchni, aby garnki z gotującą strawą szybko można do niego wstawić. Jeśli chcemy przygotować przyrząd na dwa lub więcej garnków, to skrzynka musi być odpowiednio dłuższa, aby garnki oddzielone 10 centymetrową warstwą siana obok stać mogły. Teraz pozostaje nam tylko rozpatrzyć sposób gotowania. W dogotowywaczu możemy gotować wszystkie potrawy. Najlepiej gotują się wszelkie zupy, kasze, groch i t. d. Zupy zagotowujemy i zaprawiamy jak należy, a następnie wstawiamy do dogotowywacza, uważając, aby była wrzącą, gdyż od tego zależy ugotowanie. Do grochów i kasz trzeba uważać, aby była dostateczna ilość wody, gdyż inaczej mogłyby się nie ugotować, potrawy te należy solić, dodawać masła lub szmalcu, jak do ugotowanych. Jarzyny i niektóre zupy zaraz po zagotowaniu zaprawiamy zasmażką z tłuszczu i mąki, trochę solimy i wstawiamy do skrzynki. Widzimy więc, że doprawdy z przygotowaniem dogotowywacza kłopot niewielki, a pożytek ogromny, szczególniej teraz, gdy gospodyni często dzień cały jest zajęta pracą w polu i ogrodzie, nie potrzebuje się spieszyć do domu, wiedząc, że obiad chociaż bez dozoru, ale będzie gorący, smaczny. Radzę wszystkim spróbować i ręczę, że nawet te panie, które z pewnem niedowierzeniem słyszą o tym prostym przyrządzie, przekonają się o jego użyteczności i zastosują w swoim domu, bo doprawdy wart rozpowszechnienia.

H. Gątkiewiczówna.



Wychodzi pod redakcją Dr. E. Estreicherowej.
Redaktorka przyjmuje we wtorki i piątki (Wolska 6.) od 11—12.
Drukarnia „Powściągliwość i Praca“ w Krakowie, Kaz. Wielkiego 95.